

«Согласовано»

Директор МБОУ

Кузьминская Е.И.
МБОУ «Кузьминская средняя общеобразовательная школа №1»

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

/О.А. Чекунов/

МЕНЮ на « 09 » 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	Энер.цен- ность, ккал
Завтрак (5 день ОВЗ) (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Птица, тушенная в сметанном соусе	90	11,1	10,4	3,2	150
2	Каша гречневая вязкая	150	6,1	4,8	27,8	178
3	Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	19,5	92
	Итого:	502	20,5	15,4	75,3	480
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежме (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с сахаром	180	0,1	0,0	13,5	54
3	Кондитерское изделие (вафли)	20	1,6	2,0	14,4	81
	Итого:	300	2,1	2,4	38,7	186
	Стоимость рациона:					
Завтрак (5 день ОВЗ) (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Птица, тушенная в сметанном соусе	100	12,3	11,5	3,5	167
2	Каша гречневая вязкая	180	7,3	5,8	33,4	214
3	Чай с сахаром, лимоном	200/15/7	0,3	0,0	15,2	60
4	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
	Итого:	552	23,6	17,6	76,0	556
2-ой завтрак						
1	Фрукты свежме (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с сахаром	180	0,1	0,0	13,5	54
3	Кондитерское изделие (вафли)	30	2,4	3,0	21,6	121
	Итого:	310	2,9	3,4	45,9	226
	Стоимость рациона:					

Зав. производством _____

Экономист по ценам _____

«Согласовано»

Директор МБОУ

«Утверждаю»

ИП Чекунов О.А.

/О.А. Чекунов/

МЕНЮ на «29» 09 2023 г.

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
Обед (возрастная категория 7-11 лет)						
1	Помидор свежий	60	0,5	0,1	1,0	8
2	Борщ с капустой и картофелем	200	1,6	4	10,4	85
3	Тефтели с соусом томатным	90/30	9,4	18,8	14,3	223
4	Каша гречневая вязкая	150	6,1	4,8	37,8	178
5	Напиток из шиповника	200	0,1	0	28,2	95
6	Хлеб пшеничный	40	3	0,2	19,5	92
7	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	810	23,2	28,3	127,7	760
Полдник						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с сахаром	180	0,1	0,0	14,8	54
3	Кондитерские изделия (вафли)	20	1,6	2,0	14,4	81
	Итого:	300	2,1	2,4	38,7	181
	Стоимость рациона:					
Обед (возрастная категория 12 лет и старше)						
1	Помидор свежий	100	0,8	0,2	1,7	12,7
2	Борщ с капустой и картофелем	250	1,6	4,0	10,4	85
3	Тефтели с соусом томатным	100/30	10,4	22,0	15,9	281
4	Каша гречневая вязкая	180	7,3	5,8	33,4	214
5	Напиток из шиповника	200	0,1	0,0	28,2	95
6	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	115
7	Хлеб пеклеваный	40	2,5	0,4	16,5	79
	Итого:	950	26,4	32,7	130,4	882
Полдник						
1	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,5	46
2	Чай с сахаром	200/15	0,1	0,0	15,0	59
3	Кондитерские изделия (вафли)	50	4,0	5,0	36,0	202
	Итого:	365	4,5	5,4	62,8	307
	Стоимость рациона:					

Зав. производством

Экономист по ценам